



**Nombre de alumno:** Brenda Margarita Hernández Díaz

**Nombre del profesor:** Nayeli Morales

**Nombre del trabajo:**

**Materia:** Desarrollo humano

PASIÓN POR EDUCAR

**Grado:** Sexto cuatrimestre

**Grupo:** A

Comitán de Domínguez Chiapas a 29 de Enero de 2020.

En el siguiente trabajo hablaré sobre la importancia del desarrollo humano interviniendo la inteligencia emocional, por lo que en el campo del desarrollo del ser humano y la esterilidad con las personas se lleva a cabo el proceso gradual del desarrollo que involucra cambios en diferentes etapas hasta lograr un estado final de acto de vida y tener un afecto notable en la vida humana, tomando en cuenta salud, políticas y sociales e igual con la finalidad de trascendencia de valores al iniciar con un humanismo transparente, desde un punto de Vista fisiológico y neurológico en relación con las emociones

En la unidad I

Nos habla sobre del desarrollo humano, que desde el momento de la concepción, los seres humanos emprendemos un proceso de cambio que continua durante toda la vida, mencionando también el campo del desarrollo humano se centra en el estudio científico de los procesos sistemáticos de cambio y estabilidad en las personas, cabe mencionar que el trabajo de los científicos del desarrollo puede tener un efecto notable en la vida humana, ya que los resultados de sus investigaciones encuentran aplicaciones directas en la crianza, educación, salud y políticas sociales. Interpretando también las metas del desarrollo humano como son, la explicación, descripción y predicción.

La regla de oro es adjudicar al desarrollo una base cualitativa y al crecimiento una base cuantitativa, aludiendo a la ampliación del conjunto de opciones reales que hace referencia so solo a la disponibilidad si no a las condiciones económicas, institucionales, cognitivas y sociales.

En el índice del desarrollo humano, constituye un protocolo de medición del nivel de desarrollo de una sociedad. Se identifican tres elementos fundamentales que determinan las oportunidades de una sociedad, la capacidad de tener una vida larga y saludable, la capacidad de enfrentarse al mundo con suficientes Conocimientos, la capacidad de tener acceso a los bienes de consumo. También nos menciona la importancia de la búsqueda de la autenticidad, Bugental que resume los postulados de la psicología humanista, los cuales son, el hombre, como hombre, sobrepasa la suma de sus partes, Consideración más allá de lo que somos, segundo el hombre lleva a cabo su existencia en un contexto humano, su naturaleza se expresa en su relación con otros seres humanos, tercero, el hombre es consciente. Parte de su ser, cuarto, el hombre tiene capacidad de elección, responsable de sus experiencias, quinto el hombre es intencional en sus propósitos, sus experiencias valorativas, su creatividad y su reconocimiento de significación.

## Unidad II

Nos habla sobre el manejo de sentimientos y emociones, las emociones son un conjunto complejo de respuestas químicas y neuronales que forman un patrón distintivo, cabe mencionar que estas respuestas son producidas por el cerebro cuando detecta un estímulo emocionalmente competente, es decir, cuando el objeto o acontecimiento es real mentalmente, que desencadena una emoción y respuestas correspondientes, con llevando también los componentes de las emociones, emociones primarias y secundarias, las primarias las cuales son, alegría, enojo, tristeza, miedo, afecto y sorpresa, las secundarias, como amor, optimismo, decepción remordimiento y pesimismo. Mencionado también que desde el punto de vista fisiológico cada emoción está compuesto por un centro regulador y en relación con estos tipos de emociones podemos distinguir, personales, se refieren y se centran en su núcleo que es el bienestar personal del individuo, sociales, que se estos se centran en los aspectos altruistas y bondadosos de la naturaleza humana, por ultimo espirituales y estéticos, en ellos se basan en las necesidades más elevadas. Otro tema importante es el manejo de los sentimientos, conscientemente hacen de la percepción de nuestro estado corporal durante una respuesta emocional, basan en ellos nuestros estados de ánimos cualitativamente impregnados por formas superiores de placer y dolor.

## Unidad III

La Inteligencia Emocional es un constructo que nos ayuda a entender de qué manera podemos influir de un modo adaptativo e inteligente tanto sobre nuestras emociones como en nuestra interpretación de los estados emocionales de los demás. Consiste en el Cociente intelectual, los investigadores y las corporaciones empezaron a detectar hace unas décadas que las capacidades y habilidades necesarias para tener éxito en la vida eran otras.

Algunas de las etapas de La Inteligencia Emocional según Daniel Goleman, son el autoconocimiento, autogestión, consciencia social y gestión de relaciones, cabe mencionar que surge como un concepto completamente novedoso en el año 1995. Dentro de las capacidades emocionales adquiridas, la inteligencia no es pura y exclusivamente una cuestión de capacidades innatas sino que, por el contrario el cerebro aprende a lo largo de toda la vida de la persona y ésta será mediada en gran parte por la inteligencia emocional. El reconocimiento y dominio de emociones, Una persona con este tipo de

inteligencia es capaz de reconocer las propias emociones y dominarlas así como también es capaz de reconocer las emociones ajenas y comprender más allá de lo que expresan las palabras. La flexibilidad y adaptabilidad, en ello, las personas con una gran capacidad de inteligencia emocional tienen el control de las emociones y, por ende, presentan, frente a los diferentes desafíos cotidianos, una alta flexibilidad y adaptabilidad a los cambios imprevistos. La empatía es la capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona, vivenciar lo que la otra persona siente. Otro punto es la educación de las emociones, mencionando que hoy en día es preciso y posible, según la inteligencia emocional, reeducar aquellas emociones dañinas y transformarlos en sentimientos positivos que ayuden a cada persona en su vida y en relación con otras personas, interviniendo la comunicación emocional, en ello se basa en controlar las emociones en una forma de convencer y satisfacer las necesidades, mencionado que el resto de las comunicaciones se olvidan fácilmente, pero no pasa lo mismo con las que nos tocan las emociones.

#### Unidad IV

En esta unidad comprendí que el amor es el vínculo de afecto que nace de una valoración de una a otra persona, entre Ambos e inspira el deseo de su bien y éste se lleva a cabo en la búsqueda sexual, que concuerda con el sexo y con el rol sexual, en el caso del hombre que se percibe asimismo. Y abiertamente como un derecho tiene directamente que ver con el avance y la modernización que la sociedad demuestran ya que existen formas únicas de identidad sexual, es aquel que se basa en la atracción sexual y el efecto que vino hacia la otra persona y como última etapa que es el apego donde es una relación más efectiva e íntima de la persona

La relación de la nutrición en ello, es fundamental para mejorar nuestra capacidad de reconocer qué emociones tenemos en relación con la comida, lo cual nos ayudaría a identificar el motivo real por el que elegimos un alimento que se acomode a cada situación para lograr mantener una mejor salud y estado anímico más estable, tratando de llevar buenos hábitos alimentarios.

Como conclusión la inteligencia emocional nos permite tomar conciencia de nuestras emociones, comprender los sentimientos de los demás, tolerar las presiones y frustraciones que soportamos en cada ámbito social, acentuando nuestra capacidad de trabajar en equipo y adoptar una actitud empática y social, que nos brindara mayores posibilidades de desarrollo personal y es importante en la vida de las personas ser equilibrado en una reacción emocional, saber controlar las emociones y los sentimientos, conocerse uno mismo y auto motivarse, en fin de lograr una personalidad madura.